

ORGANISEER ZELF EEN HUISKAMERGESPREK!

Zorg is voor iedereen belangrijk. En wanneer het nodig is, moet iedereen kunnen rekenen op goede, toegankelijke en betaalbare zorg. En die staat nu al enorm onder druk. Hoe kunnen we er samen voor zorgen dat die zorg er wel is? Het gesprek daarover is niet enkel de verantwoordelijkheid van professionals die voor of in de zorg werken, dat gesprek moeten we breed voeren in de samenleving.

Ben je benieuwd hoe er in jouw omgeving wordt gedacht over de zorg van de toekomst? Je kunt zelf een huiskamergesprek organiseren om elkaars ideeën over gezondheid, zorg en samen leven te horen omdat je zorgen over de zorg hebt. Ga in gesprek met mensen uit jouw organisatie, collega's, burens, vrienden of je familie. Hierbij helpen we je graag op weg met een aantal handvatten en kaarten met de gespreksstarters (zie bijlage hiernaast). Knip de kaartjes uit en laat steeds iemand een kaart pakken en voorlezen. Ga daarover met elkaar in gesprek. Alle vragen zijn geschreven op B1-taalniveau.

HOE ORGANISEER EN VOER JE EEN GOED HUISKAMERGESPREK?

Deelnemers en locatie bepalen

- Bedenk wie je wil vragen bij een gesprek en nodig ze uit. Geef aan waarom je hen wilt vragen, bijvoorbeeld dat je nieuwsgierig bent naar hun ideeën, of je vragen hebt waar je zelf niet uitkomt.
- Bedenk waar je het gesprek wil voeren. Zorg voor een prettige, laagdrempelige plek waar je gedurende anderhalf uur rustig met elkaar kunt praten. Zorg ook voor iets te drinken en wat te eten; dat zorgt ervoor dat iedereen zich op zijn gemak voelt.
- Ideale omvang van het gesprek is een groep van acht mensen, maar iets meer of iets minder kan ook. Je kunt ook met zijn tweeën praten, als het een gesprek is waarin je misschien moeilijke persoonlijke vragen wil bespreken die al wat langer spelen.

Spreek de spelregels af

Aan het begin van het gesprek bespreek je de 'spelregels' hoe je met elkaar omgaat:

- Iedereen is gelijk.
- Iedereen respecteert elkaar en elkaars visie.
- Je luistert naar de ander en vraagt door zonder oordeel.
- De huiskamergesprekken zijn open, persoonlijke en vertrouwelijke gesprekken. Het gaat in het gesprek niet om wie er gelijk heeft of wie juiste informatie geeft, maar om het delen van verschillende inzichten en ideeën.

Wijs een gespreksleider aan

- De gespreksleider houdt de sfeer en de tijd in de gaten.
- Daarnaast zorgt de gespreksleider ervoor dat alle deelnemers aan bod komen, ieder op zijn/haar eigen manier.
- Als opening kan de gespreksleider de vraag stellen: Waarom is het voor jou belangrijk om over de toekomst van de zorg te praten?
- In het gesprek gebruik je de gespreksstarters om het gesprek op gang te brengen.

Tips voor het gesprek zelf

- Voorkom een lange introductieronde en ga direct in gesprek.
- Als je in gesprek bent over de vragen, kun je doorvragen. Bijvoorbeeld: Kun je een voorbeeld geven of kun je dat uitleggen?
- Non-verbale communicatie is minstens zo belangrijk als gesproken woord. Benoem dat in het gesprek.
- Zorg er samen voor dat het gesprek persoonlijk blijft.
- Van de onderwerpen kun je ook een vertaling maken naar een uitdaging die we als samenleving hebben, bijvoorbeeld door te vragen: Dit zijn verschillende inzichten, hoe vind je dat we dat als samenleving moeten invullen? Of: wat moeten we met elkaar mogelijk maken, wat niet?
- Als afronding en als reflectie op het gesprek bespreek je welke inzichten de deelnemers hebben opgedaan en rond je af met de vraag: hoe vond je het om zo met elkaar in gesprek te zijn?